

Klātienēs un attālinātie semināri darba aizsardzības jomā – ko saka paši DAS?

2025. gada 12. novembris



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

Linda Matisāne, Ivars Vanadziņš
Darba drošības un vides veselības institūts,
Rīgas Stradiņa universitāte
Kontakti: ivars.vanadzins@rsu.lv

Saturs

- Problēmas aktualitāte, saistītie normatīvie akti
- Darba aizsardzība speciālistu aptauja un fokusgrupu diskusija
- “Ideāls” darba aizsardzības seminārs
- Ieteikumu uzlabojumiem
- Secinājumi un diskusija – ko darīsim?

Par kuriem semināriem ir runa?

- Likums “Par obligāto sociālo apdrošināšanu pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām”:
 - » 15.panta (6)
 - » Darba negadījumu speciālā budžeta līdzekļus, bet ne vairāk kā 0,5 procentu apmērā no gadskārtējā valsts budžeta likumā noteiktā darba negadījumu speciālā budžeta līdzekļu kopējā apmēra, izlieto, lai finansētu preventīvos pasākumus, kurus atbilstoši Labklājības ministrijas ieteikumiem īsteno Rīgas Stradiņa universitātes aģentūra “Darba drošības un vides veselības institūts”.
- Valsts budžets → iepirkumi, darba samaksas ierobežojumi
- Ikgadējs plāns, ko apstiprina Informācijas padome:
 - » Sociālie partneri
 - » Nozares profesionālās organizācijas (ar ļoti atšķirīgām interesēm)
 - » Pētījumi un statistikas dati
 - » Speciālistu aptaujas

Ko nozīmē noorganizēt semināru (ārpus Rīgas)?

DARBA APJOMS

- Atrast lektoru, noslēgt darba līgumu
- Sagatavot programmu
- Vienoties par datumu un vietu
- Izsludināt pieteikšanos
- Iepirkums telpām
- Iepirkums ēdināšanas pakalpojumiem
- Apstiprināt dalībniekus, atgādināt dalībniekiem
- Atbildēt uz individuāliem jautājumiem
- Sagatavot dalībnieku sarakstus, izdales materiālus u.c.
- Aizbraukt uz notikuma vietu
- Novadīt seminārus
- Aizbraukt mājās
- Sagatavot sertifikātus, atskaides u.c.

REZULTĀTS (Valmieras piemērs)

- Dalībnieku skaits pieteikšanās brīdī netiek limitēts
- Pieteikumu skaits – 21-24
- Dalībnieku skaits – 6-7

REZULTĀTS (Rīgas konferences piemērs)



Mēģinājums noskaidrot, kāpēc tā notiek un ko darīt

Aptauja	Fokusgrupu diskusija
• Aptauja tiešsaistē • 10.06.2025. - 15.10.2025 • Uzsāka – 167, pabeidza - 72 respondenti • Aptaujas aizpildes ilgums - 10-15 min • Rezultāti - % un atvērtie jautājumi	• 10.10.2025. • Pieteicās – 10 dalībnieki • 1 atteica dalību laicīgi • 2 nepieslēdzās vispār • 2 atslēdzās pēc pirmā jautājuma • Beigās 5 aktīvi dalībnieki

Ētikas komitejas atļauja
Anonimizēti rezultāti apkopotā veidā

“IDEĀLAIS” DARBA AIZSARDZĪBAS SEMINĀRS



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA



Kāds būtu Jūsu "ideālais" darba aizsardzības seminārs?

- Nekas nav ideāls.
- Visa uzmanība semināram ne telefonam vai datoram.
- Kurš noritētu kā viens elpas vilciens.
- Tāds, kad laiks paskrien nemanot, klausies ar atvērtu muti.
- Jebkurš seminārs būs interesanta un "ideāls", ja to vadīs cilvēks, kas ar to dzīvo.
- Piemēri un dāvanas.
- Pietiekami īss, kompakts, interesants.
- Laba atmosfēra, laba kafija.
- Kodolīgi būtiskāko un inovācijas, bez visiem zināmā "bla bla bla...":))
- Tāds, kad nedara blakus darbus!
- Īsi un kodolīgi bez demagoģijas.
- Labas kafijas pauzes un tīklošanas iespējas.





“Ideālais” darba aizsardzības seminārs - SATURS

- **Teorija kopā ar praktisku darbošanos** (daudz reizes atkārtojas)
- Aplūko teoriju, praktiskie piemēri, labās prakses piemēri.
- Lekcija + darbs ar interaktīvajiem rīkiem + grupu darbs + diskusijas + pieredzes stāsti.
- 1. Teorētiskā daļa; 2. Praktiskā daļa (gatavošanās simulācijas izspēlei); 3. Simulācija.
- Praktiskie risinājumi uzņēmumos.
- Pilns ar praktiskiem piemēriem.
- Mani apmierina iepriekšējie semināri - foto/video/pieredzes stāsti, jautājumi auditorijai, atbildes.
- Ar saistošu tēmu, kas liek domāt plašāk un grupu darbiem.
- Ar konkrētu tematu un reāliem piemēriem!
- Ar aktīvu darbību - grupu darbs, simulācijas, reālo situāciju izpēti. Darbs grupās, ar noteiktām situācijām, piemēram, par nelaimes gadījumiem darbā.
- **Mazās grupās** būtu daudz labāk un jēgpilni (bet tad vajadzētu atkal vairākas reizes vienu tēmu).



“Ideālais” darba aizsardzības seminārs

PRAKTISKA DARBOŠANĀS - 1



- Praktiskas nodarbības, piemēram darbs augstumā, smaguma celšana utt. parāda kā pareizi veikt, kādi palīg līdzekļi pieejami un kā lietot!
- Mazais praktiskais ar uzdevumiem un iespēju kaut ko iemācīties, arī sadraudzēties un iegūt info par citiem piemēriem, labām praksēm. Praktiskais uzdevums, stundu tīklošanās, prezentācijas.
- Ar aktīvu darbību - grupu darbs, simulācijas, reālo situāciju izpēti.
- Seminārs sākas ar simulācijām un praktiskiem vingrinājumiem, piemēram, ugunsdrošības scenārijiem un evakuācijas plāna testēšanu. Dalībnieki ne tikai klausās, bet reāli darbojas.
- Praktiska nodarbība, ar praktiskiem piemēriem konkrētā darba vidē, līdzīgi kā pieredzes apmaiņas ekskursijā, bet šajā gadījumā arī praktisku risinājumu meklēšana.



“Ideālais” darba aizsardzības seminārs

PRAKTISKA DARBOŠANĀS - 2



- Iespēja praktiski darboties, izmantot dažādus rīkus iespēja redzēt labo praksi (tā teikt, pieskarties un/vai ar iespēju izmēģināt vai lietot) ar iespēju pašam prezentēt (vai "uzstāties" ar savu piemēru (pirms tam par to vienojoties)).
- Koncentrēta galvenā informācija par semināra tēmu. Katrā seminārā arī kāds praktiskais uzdevums(i) auditorijai.
- Man ideāls seminārs būtu tāds, kurā ir praktiski uzdevumi, piemēram, riska novērtēšanas simulācijas vai gadījumu analīze.
- Ar demonstrāciju/paraugiem/praktiskajiem piemēriem.



“Ideālais” darba aizsardzības seminārs

DISKUSIJAS

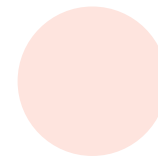


- Par 1 vai 2 vai 3 aktuālajām tēmām (jo vairāk būs tēmu, jo grūtāk būs sekot līdzi un uztvert jauno informāciju), ar 10-15 min.
- Līdzīgi kā šobrīd, bet varbūt, sadalot darba grupas, kur gatavotu problēmsituāciju risinājumus.
- Kazusa situāciju risināšanā.
- Iespēja uzdot savus jautājumus.
- Diskusiju mazās grupās (5-7 cilvēki) pēc katras tēmas prezentācijas, un diskusijas galveno domu apkopojumu.
- Ar diskusiju elementiem, lai vienlaicīgi ir arī pieredzes apmaiņa.
- Ar lektoru, kas uzdoto jautājumu izvērš diskusijā auditorijā.



“Ideālais” darba aizsardzības seminārs

LABĀS PRAKSES PIEMĒRI



- FG Dalībnieks 2: Es gribētu nedaudz vairāk iegūt informāciju par labas prakses preventīvajiem pasākumiem, nevis ... to, ko piedāvā Eiropa vai kā tam būtu jābūt, bet reāli dzīvajiem uzņēmumiem.
- FG Dalībnieks 7: Es gribētu kaut kādas pieredzes apmaiņas par preventīvajiem pasākumiem. Un modernajiem risinājumiem citos uzņēmumos, kur citu uzņēmumu pārstāvji var izstāstīt, kā viņiem tā iekšējā sistēma tiek kārtota. ... Jo ir uzņēmumi, kur ir ļoti fantastiski sakārtots, bet neviens cits to nezina, tikai paši viņi.
- FG Dalībnieks 6: Mēs braucam kādreiz uz dažādiem uzņēmumiem, un tad, lai tā būtu ne tikai ekskursija, cik mēs esam forši, bet lai tā būtu praktiska dalība. Vai nu izvērtējam riskus, vai izmeklējam, vai pārbaudām kādus IAL, ne tikai kā ekskursija iziet – cik mums ir forši. Bet lai ir faktiska iesaistīšanās. ...

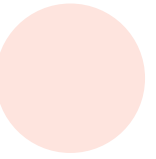


Ideālais" darba aizsardzības seminārs APVIENOT AR EKSKURSIJU UZŅĒMUMĀ



- Ja seminārus rīkotu kādā saistošā uzņēmumā ar apskates ekskursiju pa uzņēmumu, iespējams.
- Organizēt klātienē semināru kādā uzņēmumā.
- Klātienē seminārus apvienot ar kādas ražotnes apskati.
- Iespēja piedalīties un mācīties labās prakses dažādos uzņēmumos (lai gan jau tāda iespēja pastāv, bet ne vienmēr ir iespēja tikt).
- Organizēt seminārus pie uzņēmumiem, kur ir reāla situācija. Vairāk pievērst uzmanību nevis teorijai, bet praksei.





“Ideālais” darba aizsardzības seminārs – TĒMAS - 1

- FG Dalībnieks 2: Man gribētos arī dzirdēt kursus par darbalaika organizēšanu, atpūtas laiku, savietojamību vai preventīvo pasākumu īstenošanu saistībā ar šo darba laiku. Jo darbinieki strādā gan virsstundas, nakts stundas, neparedzētu darbu. Par to nav iepriekš bijuši kursi vispār nekādi.
- FG Dalībnieks 2: Mēs ļoti daudz kursus, personīgi es esmu apmeklējusi par emocijām, par emocionālo vardarbību, par trīsstūri utt. Bet nebija nekas dots, kā mēs darba vietā varētu identificēt.
- FG Dalībnieks 7: ... es zinu, ka daudz ir runāts par izdegšanu, pārslodzi, bet šobrīd kas ir... Tad, kad mēs runājam ar darbiniekiem, viņš saka, jā, jā, jā, mēs šito negribam klausīties. Mēs visi esam pārguruši, pārstrādājušies, un ļoti daudzi nezina par to līdzsvara atrašanu ar darbu un privāto dzīvi.

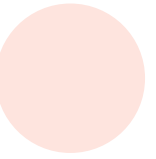




“Ideālais” darba aizsardzības seminārs – TĒMAS - 2

- Ergonomikas jautājumi
- Būvniecības nozari. Vairāk interesētu pieredze darba aizsardzības kultūras veidošanā būvlaukumā. Starptautiska darba aizsardzības speciālista pieredze objektos ārpus LV.
- Darbs birojā, darbs ar datoru.
- Reāli piemēri: Analīze par nelaimes gadījumiem Latvijā, kas notikuši pēdējo 2-3 gadu laikā, un mācības no tiem.
- Ļoti trūkst mācības par elektrodrošības jautājumiem.





“Ideālais” darba aizsardzības seminārs – TĒMAS - 3

- FG Dalībnieks 2: Bet es vēl gribētu saņemt informāciju par to pašu smagumu pārvietošanu, arī diezgan maz informācijas, kā mēs tās normas skaitām. Agrāk bija noteikumi, tagad noteikumu nav, tikai vadlīnijas...
- FG Dalībnieks 2: Ļoti labi, ka tagad ir par šīm kancerogēnām vielām.
- FG Dalībnieks 6:... nelaimes gadījumu izmeklēšana, praktiska izmeklēšana, jo ļoti daudz nākas strīdēties un rakstīt, pārrakstīt, atrakstīties un izdomāt viss kaut ko.
- FG Dalībnieks 6: Mums ir ļoti daudz dažādu [ar darba aizsardzību saistītu dator]programmu, ko piedāvā dažādi speciālisti. Un tas ir gan par riska novērtēšanu, gan datorprogrammām...



FAKTISKĀ SITUĀCIJA

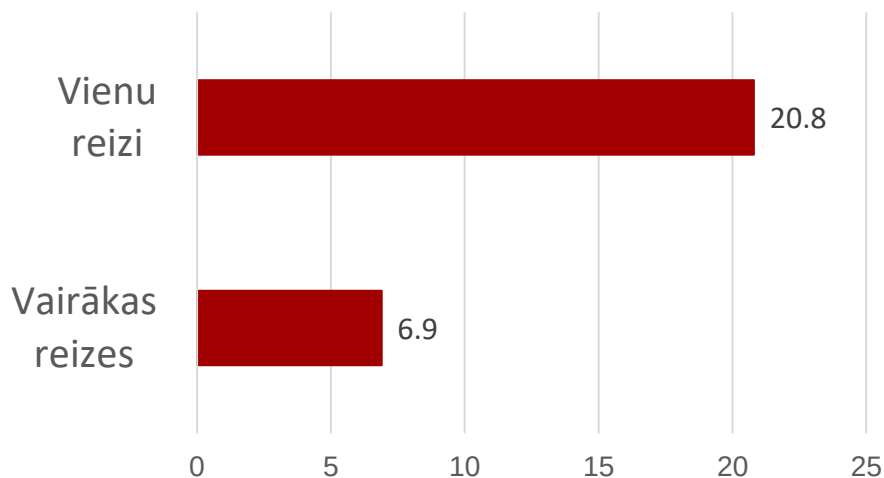


RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

Gad	Column1	Norises viē	Seminārs	Pieteicās	Atnāca	%
2023	07.06.2023.	Rīga	Drošs darbs slēgtās telpās	34	25	73,5
2023	07.06.2023.	Rīga	Darba aizsardzības prasības sprādzienbīstamā vidē	35	26	74,3
2023	27.09.2023.	Ventspils	Darba aizsardzības prasības sprādzienbīstamā vidē	28	26	92,9
2023	27.09.2023.	Ventspils	Drošs darbs slēgtās telpās	20	17	85,0
2023	13.10.2023.	Jēkabpils	Darba aizsardzības prasības sprādzienbīstamā vidē	14	10	71,4
2023	13.10.2023.	Jēkabpils	Drošs darbs slēgtās telpās	10	9	90,0
2023	6.12.2023.	Rīga	Veselības veicināšana darba vietās – problēmas, iespējas un pieredze	12	6	50,0
2023	13.12.2023.	Jelgava	Veselības veicināšana darba vietās – problēmas, iespējas un pieredze	42	33	78,6
2024	12.11.2024.	Rīga	Nelaimes gadījumu cēloņu noteikšana - ATCELTS	atcelts	atcelts	
2024	15.11.2024.	Rīga	Nelaimes gadījumu cēloņu noteikšana - ATCELTS	atcelts	atcelts	
2024	19.11.2024.	Rīga	Nelaimes gadījumu cēloņu noteikšana - ATCELTS	atcelts	atcelts	
2024	25.11.2024.	Rīga	Ergonomika veselības aprūpē	11	6	54,5
2024	26.11.2024.	Rīga	Nelaimes gadījumu cēloņu noteikšana	16	15	93,8
2024	27.11.2024.	Rīga	Nelaimes gadījumu cēloņu noteikšana	9	7	77,8
2024	02.12.2024.	Rīga	Ergonomika veselības aprūpē - ATCELTS	atcelts	atcelts	
2024	09.12.2024.	Rīga	Ergonomika veselības aprūpē (1. grupa)	12	12	100,0
2024	09.12.2024.	Rīga	Ergonomika veselības aprūpē (2. grupa) - ATCELTS	atcelts	atcelts	
2024	16.12.2024.	Rīga	Ergonomika veselības aprūpē	17	6	35,3
2025	07.04.2025.	Rīga	Ergonomika veselības aprūpē	13	7	53,8
2025	14.04.2025.	Rīga	Ergonomika veselības aprūpē	15	7	46,7
2025	15.05.2025.	Rīga	Nelaimes gadījumu cēloņu noteikšana. 2. sērija - piemērs ēdināšanas uzņēmumā - ATCELTS	2	atcelts	
2025	22.05.2025.	Rīga	Nelaimes gadījumu cēloņu noteikšana. 2. sērija - piemērs ēdināšanas uzņēmumā - ATCELTS	5	atcelts	
2025	23.05.2025.	Rīga	Nelaimes gadījumu cēloņu noteikšana. 2. sērija - piemērs ēdināšanas uzņēmumā - ATCELTS	5	atcelts	
2025	16.06.2025.	Valmiera	Darba aizsardzības prasības sprādzienbīstamā vidē	25	6	24,0
2025	16.06.2025.	Valmiera	Drošs darbs slēgtās telpās	21	7	33,3
2025	03.10.2025.	Liepāja	Darba aizsardzības prasības sprādzienbīstamā vidē	19	8	42,1
2025	03.10.2025.	Liepāja	Drošs darbs slēgtās telpās	12	11	91,7
2025	08.10.2025.	Rīga	Darba aizsardzības prasības sprādzienbīstamā vidē	36	14	38,9
2025	08.10.2025.	Rīga	Drošs darbs slēgtās telpās	27	11	40,7

Vai Jums ir gadījies pieteikties KLĀTIENES semināram, bet nepiedalīties?



ATBILDES ATVĒRTAJOS JAUTĀJUMOS

■ Dažādi ar darbu saistīti jautājumi (14)

- » Neatliekamas sapulces dēļ.
- » Darba apstākļa dēļ. Darba plāna izmaiņas.
- » Laika trūkums un pasākumu pārklāšanās.
- » Neparedzēts darbs.
- » Darba intensitāte un neprognozējamība.
- » Lielā darba apjoma dēļ.
- » Semināri notiek darba laikā un steidzamu darbu dēļ nākas to atlikt.
- » Uzrodas svarīgākas lietas, kas jāizdara šajā laikā.
- » Svarīgi atrasties darbā.

■ Saslimšana (4)

■ Aizmāršība (2)

- » Visparastākā aizmāršība - sēdēju tajā laikā pie datora un domāju, ka bija kaut kas svarīgs jādara, bet tā arī neattapos.
- » Aizmirsās.

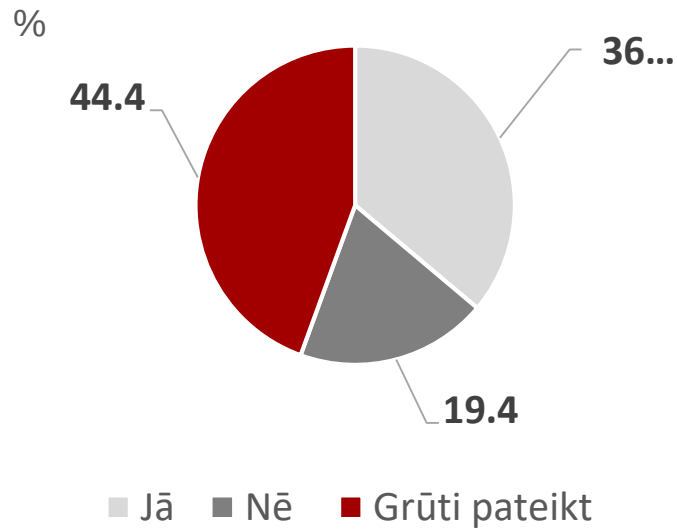


Kāpēc, Jūsuprāt, citi nepiedalās semināros, uz kuriem pieteikušies? (iespējami vairāki atbilžu varianti)

- Izmaiņas darba grafikā (72,2%)
- Aizmirsa (48,6%)
- Laika trūkums (34,7%)
- Tēma jau sākotnēji nebija pārāk aktuāla, pieteicās tikai punktu dēļ (22,2%)
- Nepiemērots pasākuma datums/laiks (15,3%)
- Tēma kļuva mazāk aktuāla (5,6%)
- Citi: (6,9%) - tēmas nav aktuālas, tās atkārtojās un nav ar pievienoto vērtību, lai uzlabotu darba vidi un darba apstākļus. Pasniedzēji nav iedvesmojoši. Slimības, komandējumi u.c. Nezinu, to prasiet tiem cilvēkiem, kuri tā dara. Varbūt aizmirsa atteikt. Darbnespēja. Bezatbildība.



Vai, Jūsaprāt, organizatoriem vajadzētu kādā veidā rīkoties, lai novērstu, ka dalībnieki, kas atkārtoti piesakās semināriem, bet neierodas, turpmāk tā nedarītu?



ATBILDES ATVĒRTAJOS JAUTĀJUMOS

■ Ierobežot pieteikšanos (22)

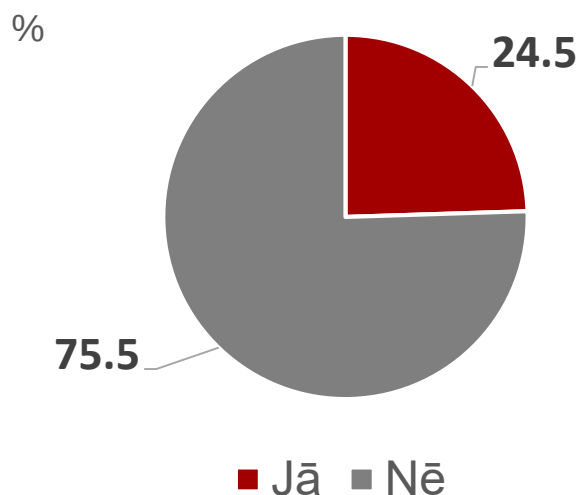
- » Atkārtotā gadījumā veidot gaidītāju rindu, respektīvi, ja paliek vietas, tad tikai viņiem dot iespēju piedalīties.
- » Nedot iespēju pieteikties pēc otrā piegājiena uz kādu laiku, teiksim 2 gadiem.
- » Atteikt dalību uz pieprasītākiem semināriem vismaz 2 reizes pēc kārtas.
- » Ja iespējams, klātienes semināros ļaut piedalīties pēc 3 mēnešiem
- » Ierakstīt melnajā sarakstā :) ja neierodas trīs reizes un neaicināt uz citiem semināriem vai arī nepieļaut piedalīties.
- » Uzkrāt "soda" punktus, kas nākamajā reizē var liegt nepieļaut ne pie attālinātā formāta, ne pie klātienes formāta semināra.

■ Pajautāt, kāpēc / veikt skaidrojošo darbu (4)

■ Soda naudas / priekšapmaksa (3)

- » Ja ir pieteicies, bet neieradās (lai gan te varētu iebilsts par to, vai pamatoti vai vienkārši aizmirsis), tad lai maksā soda naudu.
- » Prasīt samaksu par iepriekšējo, kavēto semināru. Pat, ja tās ir ES finansējums, būtībā tās var tikt neatzīstas.
- » Prasīt priekšapmaksu arī par bezmaksas semināriem no tiem, kas vairākkārtīgi ir pieteikušies un neieradušies uz klātienes semināriem.

Vai esat pirms diskusijas iesūtījis sev interesējošo jautājumu?



KĀPĒC NEIESŪTĪJA

- Laika trūkums (35,1%)
- Domāju, ka citi iesūtīs pietiekami daudz jautājumus (24,3%)
- Man nav neskaidru jautājumu (18,9%)
- Aizmirsu (16,2%)
- Nebija skaidrs, kas jāiesūta (10,8%)
- Nepatika doma iesūtīt iepriekš (8,1%)
- Uz maniem jautājumiem neviens tāpat neatbild (0,0%)
- Citi (13,5%):
 - » Nebija aktuāli jautājumi.
 - » Nē, jautājumu iepriekš neiesūtīju, jo parasti uz tiem tiek atbildēts semināra gaitā. Ja nepieciešams, jautājumus uzdodu pēc semināra.
 - » Nebiju zinājusi par tādu iespēju. Bet jebkurā gadījumā tiešsaistē vienmēr uzdodu sev interesējošos jautājumus.
 - » Bija norādīts temats, bet nebija iztirzāts temats un tādējādi nebija skaidrs, vai mani jautājumi atbildīs tematam.

Vēlamie uzlabojumi



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu, lai vairāk speciālistu piedalītos klātienēs semināros?

LAIKS

- Piedāvāt vairākus laikus izvēlei, lai beigās izvēlētos to, kurā tiek vairākums potenciālo dalībnieku.
- Dažkārt rīkot seminārus sestdienās, vai darbdienu vakaros pēc plkst. 17.00.
- Semināru norisi vakarpusē vai brīvdienās.
- Semināri darba dienā un darba laikā, kā līdz šim!
- Klātienēs semināri ir labi, taču tiem bieži vien nepietiek laika, un, ja tie notiek darba laikā, ne katrs darba devējs piekritīs ļaut darbiniekam uz tiem doties. Darba aizsardzības speciālisti katru dienu ir ļoti aizņemti, veicot savus pienākumus, un tāpēc attālināti semināri ir ērtāki. Attālinātie semināri novērš laiku, kas pavadīts ceļā, un arī atrodoties darba vietā un piedaloties seminārā, speciālists var kontrolēt situāciju darba vietā un, ja rodas neparedzētas situācijas un jautājumi, nekavējoties tos risināt.
- Piedāvāt seminārus ārpus darba laikā.
- Norises laiki pēc darba laika, vai brīvdienās.
- Samērīgi plānot seminārus visu gadu, ne tikai gada beigās tipa katru dienu.
- Par cik bieži ir tā, ka dalībnieku skaits ir pārāk mazs, tad vienu tēmu atkārtot vairākas reizes (vismaz trīs), lai varētu piedalīties tie, kuriem ir interese, bet kuri nepaspēj pirmajā reizē pieteikties.



“Ideālais” KLĀTIENES darba aizsardzības seminars

LAIKS UN GARUMS



- Sestdienas rītā vai darbadienā vakarā, no plkst. 17:30 līdz plkst. 21:00, ar vienu garu kafijas pauzi un 2 īsajiem pārtraukumiem.
- 4 stundas dienas otrajā pusē.
- No plkst. 14.00-16.00 īsi.
- Ilgums +/- 4 stundas.
- Visas dienas seminārs ar vairākiem lektoriem.
- Sertifikāts par 10 stundām vienā dienā.
- Vairāku dienu (ideāli - pusotras dienas) seminārs ar nakšņošanu ārpus Rīgas. Ar saturīgu programmu, iespēju neformāli diskutēt un iepazīties vakara daļā.



“Ideālais” TIEŠSAISTES darba aizsardzības seminārs LAIKS UN GARUMS



■ LAIKS

- » Darbadienā pirmajā pusē.
- » Laika posmā no 11:00 līdz 14:00.
- » No plkst. 11.00-13.00.
- » Vakarā, no plkst. 17:30 līdz plkst. 21:00, ar 2 vai 3 īsajiem pārtraukumiem.

■ GARUMS

- » 4 stundas dienas otrajā pusē.
- » 1,5h prezentācija.
- » 1,5 stunda.
- » 2h.
- » Ideāls - īss, skaidrs, praktisks.
- » Īsa un kompakta aktuālā informācija.
- » Sertifikāts par 8 stundām vienā dienā.



Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu, lai vairāk speciālistu piedalītos klātienēs semināros?

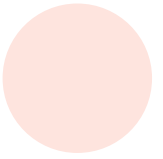
VIETA

- Tos rīkot maksimāli tuvu potenciālajai auditorijai.
- Seminārus nerīkot tikai Rīgā, bet vairāk tos organizēt reģionos.
- Semināru organizēšana reģionos, ne tikai Rīgā.
- Seminārus biežāk rīkot vietās, kur ir ērti piebraukt ar automobili, ārpus Rīgas.
- Semināri pa reģioniem.
- Nezinu... bet tas ir laiks, lai nokļūtu seminārā. Ne visi dzīvo pilsētā... tiešsaiste ir ērtāk. Dzīvoju Dienvidkurzemes novadā... lai nokļūtu Liepājā vajadzīgas 40 min ar personīgo auto, Rīga 2.5 - 3 stundas ar personīgo auto... ar sabiedrisko transportu tas būtu vēl ilgāk.
- **Biežāk rīkot klātienēs seminārus ārpus Rīgas.**
- Organizēt dažādās vietās Rīgā.
- Mainīt semināru norises vietas, jo Imanta ir tālu, arī stāvlaukumu īsti nav.
- **Vairāk seminārus tuvāk Rīgas centram.**



Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu, lai vairāk speciālistu piedalītos klātienēs semināros?

VIETA



- FG Dalībnieks 4: Man vienīgais novēlējums, lai būtu reģionos rīkot semināri. Godīgi sakot. Jo Latgales reģionā – es neatceros, cik ... Šogad nebija, pagājušajā gadā nebija....
- FG Dalībnieks 2: Un varbūt nākotnē, ja varētu organizēt, lai viņi iekļauj līdzīga rakstura semināru organizēšanu pa reģioniem nevis tikai koncentrēties Rīgā un tad reģiona darba aizsardzības speciālisti salasīsies vairāk kā 12.
- FG Dalībnieks 4: Piesakoties šodienas diskusiju grupai, bija [mērķis, ka] reģionā nebija rīkoti semināri un jums par to... Un pieminēju par to, ka mums Latgalē vajadzētu klātienēs seminārus rīkot.
- **FG Dalībnieks 1: Kāpjām ārā no Rīgas un viss būs kārtībā!**
- FG Dalībnieks 7: Es gribētu, ja mums ir, piemēram, reģionos semināri, lai viņi ir vienā dienā pa laikiem, lai es varu pa laikiem, piemēram, ja gribu uz 3 no 4, tad to dienu veltīt. Tad, kad bija Liepājā – es uz diviem aizgāju – ļoti fantastiski. Nebija ne man jāgaida, ne cita diena. Fantastiski, ka viss vienā dienā, jo es varu saplānot, ka visu dienu veltu šai tēmai. Savādāk ir grūti, ja Tev jāaizskrien uz stundu vai pusotru līdz Ventspilij vai Liepājai. Tā plānošana... Tie, kas plāno, lai saprot, ka cilvēki visi ir strādājošie. Lai izvēlas 1 dienu, ko atvēlēt apmācībām.





Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu, lai vairāk speciālistu piedalītos klātienēs semināros?

SATURS - 1



- Daudzveidīgs tēmu piedāvājums.
- Tēmas aktualitāte, virtuālās realitātes simulāciju izmantošana u.c. inovācijas.
- Paplašināt semināru tēmas.
- Atjaunot vecā formāta klātienēs seminārus, kad par vienu tēmu runāja vairāki lektori.
- Workshop's kā daļa no lielā semināra - paralēla grupa, kur aktīvākie dalībnieki var diskutēt par kādu tēmu / tēmām un tad prezentēt savu redzējumu. Pasīvā klausītāju daļa tikmēr klausās kādu runātāju.
- Rādīt vairāk praktiskos piemērus.
- Vairāk piemērus no prakses.
- Vairāk labās prakses piemēru un rekomendāciju.
- Vairāk grupu darbu un savstarpēju komunikāciju.
- Seminārus ar praktiskām darbībām ar mazāku dalībnieku skaitu (līdz 10 un ne vairāk).
- Praktiskā darbošanās noteikti ir paaudžu problēma, ļoti ceru, ka jaunie speciālistiem nav problēmu izteikt savu viedokli un piedalīties diskusijās.



Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu, lai vairāk speciālistu piedalītos klātienēs semināros?

SATURS - 2

- Varbūt kaut ko praktisku padarīt, kādu testu, vai uzdevumu, atjautības uzdevumu, mazu sacensību par kādu tēmu.
- Plānot seminārus ar aktīvu līdzdalību un citur negūstamu informāciju (jeb - lai ir jēga no reģiona braukt).
- Man personīgi klātienēs semināri patīk tādēļ, ka ir iespēja satikt citus speciālistus (lietderīgi tiek izmantots arī laiks semināra pārtraukumos), aprunāties un uzklaut viņu viedokļus par dažādiem jautājumiem, apmainīties ar pieredzi, dažkārt pat sanāc uzzināt kādu jaunumu, ko esi palaidis garām.
- Protams, klātienēs semināri uzrunā arī ar iespēju praktiski darboties - praktiski nostiprināt seminārā gūto informāciju/zināšanas.
- Mazās grupās būtu daudz labāk un jēgpilni (bet tad vajadzētu atkal vairākas reizes vienu tēmu).
- Labas kafijas pauzes un tīklošanas iespēju.

Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu, lai vairāk speciālistu piedalītos klātienēs semināros?

LEKTORS



- Jomas profesionāļu iesaiste (jomas profesionāļi - nodarbību vadītāji). Patīk D.Garā veids, kā sniedz info un atbild. Nevis ar kritiku, bet ieklausīšanos un mēģināšanu izprast kāda pozīciju.
- Pieredzējuši un atraktīvi lektori.
- Spēcīgāki jomas profesionāļi. Ārzemju lektori un plašāka pieredze.
- Piesakiet populārākus lektorus!
- Un, ja iespējams iesaistīt kā lektorus dažādu nozaru pārstāvjus (lai nav vieni un tie paši), lai gan man patīk arī tie, kas šobrīd ir :).



Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu, lai vairāk speciālistu piedalītos klātienēs semināros?

IZSLUDINĀŠANA



- Sūtīt seminārus uz e-pastu. Tos, kuri iebilst, ka sūta, izņemt no listes. Nezinu, cik reāli tas ir izdarāms, bet par semināriem reģionos - varbūt reģionālās VDI var paralēli uzrunāt darba drošības speciālistus, ja ir pieejama viņu kontaktinformācija?
- Lielāka reklāma semināriem, izsūtīt reģistrētiem dalībniekiem e-pastus ar mēneša aktualitātēm! Iespēja pēdējā mirklī pieteikties kursam! Iespēja dienu pirms paziņot, ka netiek slimības vai kāda nopietna iemesla dēļ!
- Domāju, ka palīdzētu, ja semināri tiktu reklamēti ar uzsvaru uz to praktisko lietderību un profesionālās izaugsmes iespējām.
- Vairāk izziņot sociālajos tīklos.
- Personīgi man - informācijas trūkums. Bieži vien labus seminārus neizdodas apmeklēt, jo informācija bija par vēlu vai vispār nebija.
- Pirms praktiskā semināra sazinātos ar to, kas pieteicies. Tāpat kā pirms ārsta vizītes.



Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu, lai vairāk speciālistu piedalītos klātienēs semināros?



ATŠĶIRĪGS PUNKTU SKAITS

- Tas nebūs uzlabojums, bet motivācija: noteikt atšķirīgo punktu skaitu klātienēs un tiešsaistes semināriem.
- Varbūt dubultot stundu skaitu par klātienēs semināriem.
- Papildus punktus, piedaloties tieši praktiskajos semināros.

11.3. dokumentus, kas apliecina kandidāta zināšanu apguvi par darba aizsardzības jautājumiem ne mazāk kā 80 stundu apmērā pēdējo piecu gadu laikā (kopijas). Apmācībās var būt iekļauti jautājumi par ugunsdrošību, elektrodrošību, civilo aizsardzību, personas datu aizsardzību vai citiem ar darba aizsardzību saistītiem jautājumiem, nepārsniedzot 10 % no kopējā apmācību apjoma;

CITS

- Iespēja papildus saņemt kādus informatīvos materiālus (piem., plakātus, lai gan var izdrukāt, bet kādreiz labāk ir tieši oriģinālie varianti).



Secinājumi



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

Ivars Vanadziņš
Darba drošības un vides veselības institūts,
Rīgas Stradiņa universitāte
Kontakti: ivars.vanadzins@rsu.lv

Jūs esat ļoti dažādi, jums ir ļoti dažādas vajadzības / intereses!



Nepatīk klātienē
semināru būtība.
Laika patēriņš, kamēr
tiek un aizbrauc +
liekas pauzes.



Uzskatu, ka labāk būtu
klātienē semināri
(iespējams, ka
rīkotājiem būs vairāk
darba, bet būs iespēja
komunicēt ar
speciālistiem klātienē,
uzzināt un izzināt
situāciju darba vietās,
uzņēmumos kopumā).



SECINĀJUMI

- Tā kā bija 2024.-2025.gadā, tā noteikti nebūs 2026.gadā
- Bet kā būs? **Tas ir jautājums šodienas diskusijai!**

RSU:

- Mazāk attālinātie semināri – tie būs īsi un koncentrēti (1-2 akadēmiskās stundas)
- Vairāk reģionālie klātienes semināri – 4 stundas
- Atjaunoti lielle klātnienes semināri Rīgā – 4 stundas
- Sistemātiskāka semināru izsludināšana (vismaz 3 nedēļas pirms pasākuma)
- Līdz 01.12.2025. raksti linda.matisane@vdi.gov.lv, ja:
 - » Redzi sevi par lektoru (piesaki tēmu pats)
 - » Redzi sevi kā diskusijas moderatoru (piesaki tēmu pats)
 - » Gribi uzņemt pie sevis uzņēmumā ekskursiju
 - » Gribi konkrētu klātienes semināru konkrētā reģiona lielajā pilsētā

Laiks diskusijai

2025. gada 11.novembris



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

Ivars Vanadziņš
Darba drošības un vides veselības institūts,
Rīgas Stradiņa universitāte
Kontakti: ivars.vanadzins@rsu.lv